

ATTIVITA' GINNICO-MOTORIE IN ACQUA



OBIETTIVI

- fornire conoscenze, competenze e indicazioni pratiche per impostare e gestire programmi di lavoro in acqua finalizzati al miglioramento di capacità funzionali e al recupero motorio in soggetti con patologie ortopediche e funzionali.
- Saper utilizzare l'esercizio più utile alla condizione ortopedica specifica in relazione alle specifiche anatomiche e biomeccaniche della struttura coinvolta.

DESTINATARI

- Istruttori, tecnici e operatori delle attività acquatiche, preparatori atletici, laureati e studenti in scienze motorie (L-22/LM68/LM67).

STRUTTURA DEL CORSO

- **Durata:** 2 giorni – 8 ore ciascuno – 16 ore totali (sabato-domenica)
- **Teoria:** 6 ore (comprensiva di test finale)
- **Pratica:** 10 ore (comprensiva di simulazione finale)
- **Orario:** 8:00-12:00 / 13:00-16:00
- **Sede:** Piscina comunale f.lli Cervi

Si consiglia di munirsi di tutto il necessario per la pratica in attività terrestre e acquatica (cuffia, costume, ciabatte, accappatoio).

MATERIALE FORNITO AL CORSO

- Slide in formato digitale via mail "Attività funzionale in acqua per le patologie ortopediche"

QUALIFICA E ATTESTATI

- A chiusura del corso, dopo superamento test scritto e simulazione pratica verrà rilasciato il diploma di qualifica di "istruttore di attività ginnico motorie acquatiche" rilasciato dall'ente ACSI – CONI (entro 3 settimane), settore DD001. Valido anche per CFU universitari (l'attribuzione del valore in CFU può variare dal corso e dall'università di appartenenza).

PROGRAMMA

Teoria:

- Cenni e proprietà del mezzo acquatico
- Modulo arto superiore, inferiore, rachide
- Fisiopatologia delle condizioni ortopediche
- Anatomia e biomeccanica delle strutture coinvolte nelle patologie
- Valutazione funzionale a secco
- Modalità operative in acqua
- Costruzione e gestione del programma di lavoro in acqua

Pratica:

- Valutazione posturale e funzionale a secco e in acqua
- Organizzazione della seduta per ogni patologia analizzata
- Analisi critica per impostare al meglio un protocollo di lavoro in acqua
- Utilizzo degli attrezzi
- Esercitazioni pratiche a gruppi
- Gestione dei pz in acqua
- Esame finale con simulazione

Docenti

Dott. Mirco Brunetti – Chinesiologo clinico, Preparatore bodybuilding, osteopata, Docente UniUrb.

ASD GULLIVER PRESENTA

Corso di
rieducazione in acqua

Dott. Mirco Brunetti

Chinesiologo clinico LM-67
Docente tirocinio presso Uniurb

Info su: asd.gulliver@gmail.com



SEDI: Urbino e Pescara
con rilascio di certificazione
e CFU universitari



PROGRAMMA DETTAGLIATO CORSO

GIORNO 1

- Ore 8:00 – presentazione corso, appello e firme presenza
- Ore 8:20 – 10:00 – spiegazione teorica arto inferiore (anca, ginocchio, caviglia), anatomia, biomeccanica, test funzionali a secco, fisiopatologia delle condizioni ortopediche più comuni, trattamento in acqua.
- 10:30 – 12:00 – applicazione pratica degli esercizi finalizzati al recupero delle patologie ortopediche in acqua, progressioni, assistenza e simulazione.

PAUSA PRANZO

- 13:00-14:00 – spiegazione teorica rachide lombare, dorsale, cervicale, anatomia, biomeccanica, test funzionali a secco, fisiopatologia delle condizioni ortopediche più comuni, trattamento in acqua.
- 14:30 – 16:00 – applicazione pratica degli esercizi finalizzati al recupero delle patologie ortopediche in acqua, progressioni, assistenza e simulazione.

GIORNO 2

- Ore 8:00 – 8:15 – appello e firme presenza
- 8:15-9:30 – spiegazione teorica arto superiore (spalla, gomito), anatomia, biomeccanica, test funzionali a secco, fisiopatologia delle condizioni ortopediche più comuni, trattamento in acqua.
- 9:45-12:00 – applicazione pratica degli esercizi finalizzati al recupero delle patologie ortopediche in acqua, progressioni, assistenza e simulazione.

PAUSA PRANZO

- 13:00 – 13:30 – chiarimento domande e dubbi
- 13:30 – 14:00 – questionario risposte multiple
- 14:15 – 16:00 – simulazione pratica casi clinici